



IDRÆTSSKOLEN

- FOR VOKSNE MED UDVIKLINGSHANDICAP

Hvidkildevej 64, 2400 København NV · Tlf.: 38 88 28 46 · info@idraetsskolen.net · www.idraetsskolen.net

København den 30. januar 2023.

Vintertur til Norge

Kære elever,

Vi planlægger en vinterlivstur til Norge, hvor i første omgang de elever, der har haft Vinterliv som tema i periode 6, kan tilmelde sig, hvis de har tid/lyst/råd. Vi vil gerne understrege, at det er helt frivilligt at deltage, og hvis der er flere ledige pladser udover de elever fra Vinterliv der tilmelder sig, vil de øvrige elever blive tilbudt at kunne tilmelde sig.

Vinterlivsturen til Norge er i uge 11, og prisen for at deltage vil være 2700,- som skal indbetales på Idrætsskolens konto i Danske Bank 3129-1197355 senest d. 20/2 2023.

Om turen:

Der er afgang fra Idrætsskolen søndag den 12. marts kl.18.30. Her kører vi i en fælles bus til Sulseter fjellstue, hvor vores hytte ligger.

Vi skal i Norge udfolde os i vinterlivets muligheder og glæder. Selvfølgelig skal vi prøve at have ski under fødderne, men vi skal også gå ture med snesko, grave snehuler, kælke, lave skiskydningskonkurrence, gå i sauna og bagefter rulle os i sneen, måske på snescooter og meget andet 😊

I fællesskab skal vi hjælpes med at få dagligdagen til at fungere med tilberedning af måltider, vaske op og hvad der ellers indgår i et almindeligt hverdagsliv. Ved siden af alt dette skal vi hygge os med samvær, røverhistorier, terpe norske gloser og spil.

Vi ankommer på Idrætsskolen igen lørdag den 18. marts ca. kl. 07.00. Her skal I selv sørge for transport hjem til der hvor I bor.

I Norge får vi ikke mulighed for at købe noget, så der er ikke nogen grund til at have norske penge med.

Hvis du og/eller dine pårørende har spørgsmål til turen er I meget velkomne til ringe til os på Idrætsskolen.

De bedste hilsner
Cecilie, Tonni og Tina

P.s. I nødstilfælde kan vi, i Norge, kontaktes på tlf.:+45 26167094

Husk pas og det blå sygesikringskort !



Pakkeliste:

Når du pakker så husk at vi ikke har så meget plads i bussen, så pak kun det nødvendige ☺.

OBS pak madpakke, noget at drikke, lidt gulf, en bog, musik evt. noget du kan bruge som en lille hovedpude, i en lille rygsæk/håndtaske som du kan have med ind i bussen.

Vi anbefaler følgende:

- Sygesikringskort **det blå**
- Pas
- Toiletgrej (evt. medicin +medicinskema)
- Håndklæde
- Lagen
- Sengelinned
- Nattøj
- Hjemmesko
- Joggingdragt eller tilsvarende til når vi er inde i hytten
- Underbukser til hver dag
- 3 par strømper
- 4 T-shirt
- Varm hue
- Varme vanter/luffer
- Halsedisse eller halstørklæde
- Skibukser
- Skijakke
- 2 par skisokker
- Skiundertøj
- Varm trøje – fleece eller uld
- Varme vinterstøvler
- Badetøj (sauna)
- Spil til om aften
- Lommelygte
- Drikkedunk

Tilmelding til Idrætsskolens vinterlivstur til Norge i uge 11 (12-18 marts 2023):

Navn _____

Tilmelding til vinterlivsturen:

- JA TAK, jeg deltager i vinterlivsturen.
Sæt kryds _____
- NEJ TAK, jeg ønsker ikke at deltage i vinterlivsturen.
Sæt kryds _____

Hjemtransport efter ankomst til Idrætsskolen lørdag den 18. marts:

Ønsker du at vi skal hjælpe med at bestille en taxi:

- JA TAK, jeg ønsker taxi og betaler selv.
Sæt kryds _____
- NEJ TAK, jeg ønsker ikke taxi.
Sæt kryds _____

Denne seddel afleveres sammen med eventuelt medicinskema på skolens kontor senest mandag den 20. februar 2023.